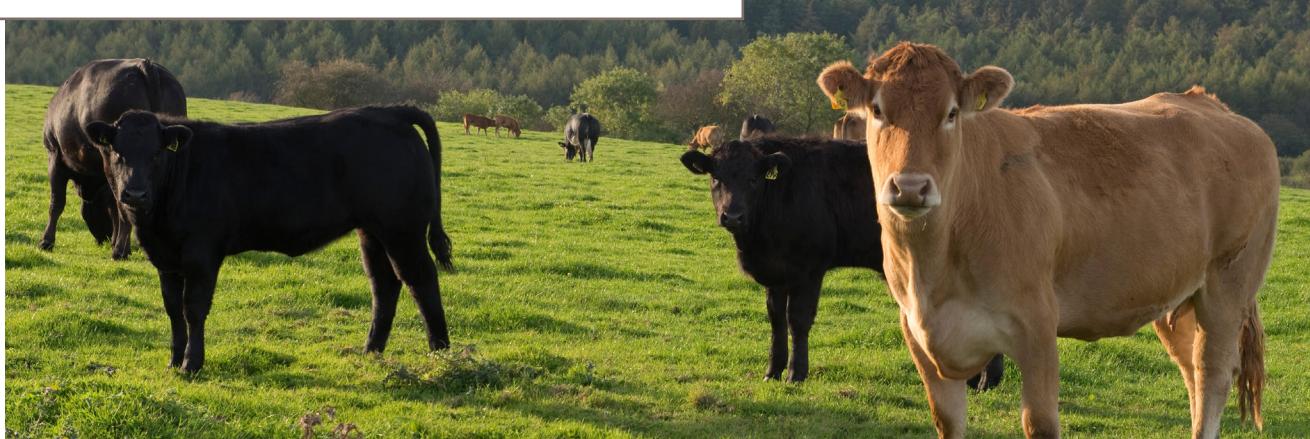


¿POR QUÉ ELEGIR CARNE ORGÁNICA?

Hoja de
Consejos

El ganado orgánico se cría bajo estrictos estándares del USDA diseñados para proteger la salud humana y ambiental, desde el pastoreo hasta tu plato.

REQUISITOS PARA EL GANADO ORGÁNICO



ACESO A LOS PASTOS

Los rumiantes orgánicos como vacas, ovejas y cabras deben pasar al menos 120 días al año en pastos y obtener al menos el 30% de su dieta del pastoreo.



ALIMENTO 100% ORGÁNICO

No se permiten OGM, fertilizantes sintéticos, pesticidas tóxicos, subproductos de matadero ni promotores de crecimiento.



ACESO AL AIRE LIBRE TODO EL AÑO

Sombra, refugio, luz solar, agua limpia y espacio para moverse. El confinamiento continuo está prohibido.



SIN ANTIBÍOTICOS DE RUTINA

Se priorizan prácticas de cuidado preventivo para evitar enfermedades.



ADMINISTRACIÓN AMBIENTAL

Los agricultores y ganaderos orgánicos reciclan estiércol y utilizan prácticas como pastoreo rotacional y cultivos de cobertura para mantener la salud del suelo.

Consejo

Busca el sello orgánico del USDA en el supermercado y prioriza carne de res orgánica alimentada con pasto y aves de corral criadas en pastura cuando puedas.



COLOCAR CARNE
ORGÁNICA
EN TU PLATO
puede marcar
una diferencia
significativa
para ti, tu familia,
tu comunidad
y el planeta.



Menor exposición a pesticidas

El ganado orgánico consume alimento orgánico, lo que evita el uso de pesticidas tóxicos en múltiples etapas y amplifica los beneficios ambientales.

- Cambiar a una dieta orgánica puede reducir los niveles de pesticidas detectados en niños y adultos.

Los pesticidas organofosforados, utilizados en cultivos de alimento para animales, pueden acumularse en los tejidos animales. Estos químicos son especialmente peligrosos para los niños y se han vinculado con problemas neurológicos como reducción del coeficiente intelectual, retrasos en el desarrollo y mayor riesgo de dificultades de aprendizaje.



Sin antibióticos ni promotores sintéticos del crecimiento

Los sistemas orgánicos no usan antibióticos de rutina ni promotores hormonales de crecimiento (HGP's).

- Consumir carne orgánica puede ayudar a reducir la exposición humana a residuos de antibióticos y, en última instancia, a bacterias resistentes a los antibióticos.
- Las prácticas orgánicas prohíben los HGP, comúnmente usados en la producción convencional para acelerar el crecimiento, mitigando riesgos asociados con estos residuos.



Beneficios nutricionales de la carne orgánica

Las dietas basadas en pastoreo aumentan los ácidos grasos omega-3 saludables para el corazón y reducen el colesterol en varios tipos de carne.

- La carne orgánica criada en pasturas contiene casi un 50% más de omega-3 que la carne convencional.

Una mejor proporción omega-6 a omega-3 favorece la salud del corazón, la función cerebral, reduce la inflamación y puede ayudar a prevenir y manejar enfermedades crónicas.



Apoya la salud ambiental

Los sistemas de producción orgánica promueven prácticas agrícolas que son mejores para los ecosistemas y la salud del planeta.

- La producción de alimento orgánico para animales apoya la biodiversidad, incluidos enemigos naturales de plagas y polinizadores.
- Las operaciones orgánicas tienden a emitir menos gases de efecto invernadero y pueden reducir los desastres relacionados con el clima.

Consejo

Para opciones más económicas, prueba carne molida orgánica certificada, cubos para estofado o pollo entero.

